



A VIDA EM TRANSFORMAÇÃO

Guia Trans de
Saúde Sexual

e

Direitos
Humanos



EU SOU...

As lutas das(os)
Transexuais e Travestis
pela cidadania vêm
resultando em avanços
que devem ser conhecidos
e repassados para todos:
Amigos e amigas de
diferentes orientações,
identidades sexuais
e de gênero.



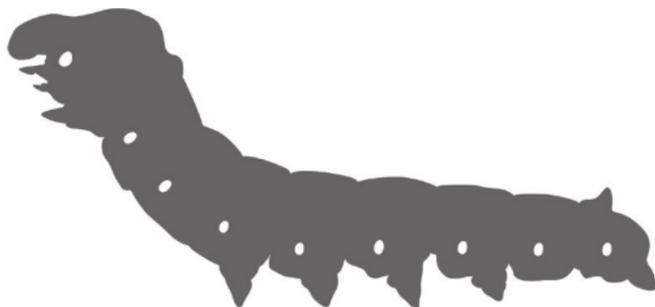
ARRASOU!

São direitos conquistados!

AUTOESTIMA...

A maioria das(os) Trans já sofre preconceitos desde cedo. A família, a escola e as pessoas, em geral, costumam atacar a sua autoestima.

- é importante ter consciência que ninguém escolhe ser ou não ser Trans. Descobrimos isso na infância, na adolescência e, até, na idade adulta
- se assumir é uma grande libertação para respeitar nosso eu interior e buscar a felicidade



SE VALORIZA!

**Trans têm direito de
viver a vida plenamente!**

O AMOR...

Trans têm direito ao amor, ao respeito, a planejar uma vida, a construir sua própria família, como qualquer pessoa.

- não se submeta a nenhum tipo de violência
- não aceite que afetem seus planos e sonhos
- se valorize, ame e valorize quem também lhe ama, lhe dá valor e lhe respeita!



NADA DE BOFE UÓ!

**Se respeitar é o único caminho para
adquirir também respeito dos outros!**

NOME SOCIAL

Trans têm direito de fornecer e ser chamadas(os) pelo seu NOME SOCIAL.

- isso é lei para todos os serviços e órgãos públicos federais e do Estado de São Paulo, assim como em hospitais, escolas, postos de saúde, delegacias...
- o nome social deve ser fornecido e anotado nas listagens públicas e em todos os documentos
- o nome civil não deve ser tornado público e só deverá ser usado quando for estritamente necessário



BAFÃO!

**Anote o Decreto Federal nº 8.727 de 2016
e Lei Estadual de SP nº 10.948 de 2001**

DEFENDA SUA IDENTIDADE

Trans podem solicitar inclusão de seu NOME SOCIAL em documentos oficiais, registros e cadastros de todos os órgãos públicos e também no Registro Geral (RG) da carteira de identidade.

A partir de 1º de março de 2019, todos os órgãos públicos de identificação deverão ter espaço para o registro do nome social na hora de emitir a Carteira de Identidade. Bastará que a(o) Trans expresse a vontade de incluí-lo.

(Isso dispensará a obrigação de contratar advogados e passar por processos na Justiça para adquirir o direito ao nome social).



ME RESPEITA!

**Conforme Decreto Federal nº 8.727 de 2016
e Decreto Federal nº 9.278 de 2018.**

NÃO SE CALE!

Tratamentos discriminatórios à(ao) Trans, em qualquer lugar, inclusive nos serviços públicos, devem ser denunciados:

- **DISQUE 100** - Disque Direitos Humanos (em todo o país)
- **DECRADI** - Delegacia de Crimes Raciais e Delitos de Intolerância (no Estado de São Paulo)
R. Brigadeiro Tobias, 527 - 3º andar, Luz - São Paulo
Tel. (11) 3311-3556/0151 ramal 248
- **Coordenação de Políticas de Diversidade Sexual de SP**
(no Estado de São Paulo)
Largo Pátio do Colégio, 148 - Centro - São Paulo
Tel. (11) 3291-2700
- **Núcleo de Combate à Discriminação, Racismo e Preconceito da Defensoria Pública de SP**
(no Estado de São Paulo)
R. Brigadeiro Tobias, 527 - 3º andar - Luz - São Paulo
Tel. (11) 3101-0155 ramal 249
- **Centro de Cidadania LGBTI**
Rua Visconde de Ouro Preto, 118 - Consolação
Segunda a sexta-feira, das 9h às 18h
Telefone: (11) 3225-0019
centrodecidadanialgbt@prefeitura.sp.gov.br
- **Ouvidoria Central De Saúde**
Tel. 156



TÁ BOA!

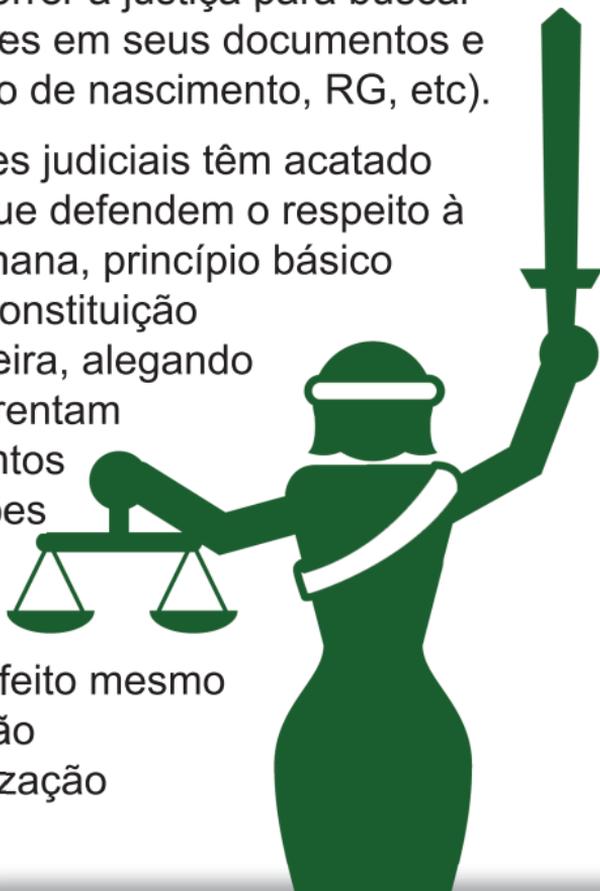
Conforme Decreto Federal

nº 8.727 de 2016.

COMO REDEFINIR?

Trans podem recorrer à justiça para buscar alteração de nomes em seus documentos e certidões (certidão de nascimento, RG, etc).

- Várias decisões judiciais têm acatado argumentos que defendem o respeito à dignidade humana, princípio básico presente na Constituição Federal brasileira, alegando que Trans enfrentam constrangimentos e discriminações sem essa alteração
- Isso pode ser feito mesmo sem a operação de transexualização



DÊ SEU CLOSE!

Conforme Decreto Federal

nº 8.727 de 2016.

NO TRABALHO

Trans têm direito ao trabalho! Não podem ser discriminadas(os) em concursos públicos e devem denunciar se sofrerem qualquer discriminação no trabalho.



PENOSA JAMAIS!

**Decreto do Estado de SP,
nº 10.948 de 2001**

EM CURSOS, ESCOLAS E FACULDADES

Trans têm direito ao estudo!

- devem ser respeitadas(os) e chamadas(os) por seu NOME SOCIAL
- devem solicitar que nas listagens de chamada e documentos escolares de uso cotidiano constem APENAS seu nome social
- o nome civil não deve ser tornado público e só deverá ser usado em documentos e quando estritamente necessário



Portaria nº 1.612 do MEC de 2011.

**Deliberação nº125 do Conselho Estadual
de Educação de SP de 2014.**

EM SERVIÇOS DE SAÚDE

Trans têm direito à saúde!

- e devem ser chamadas(os) pelo NOME SOCIAL nesses serviços
- solicite a inclusão do Nome Social nos prontuários, cadastros e fichas de serviços, consultas, exames e outros procedimentos



UM LUXO!

**Decreto Estadual nº 55.588 do
Estado de São Paulo de 2010.**

PARA MORAR

Trans têm direito de alugar um imóvel sem discriminação. Denuncie caso seja desrespeitada(o).



LIGADONA!

**Decreto Estadual nº 10.948 do
Estado de São Paulo de 2001.**

PARA CASAR

Trans têm direito a casar-se no civil com quem quiser em qualquer cartório brasileiro, inclusive se já estiver vivendo em união estável.



PINTOSAS E MONAS TAMBÉM!

Resolução nº 175 do

Conselho Nacional de Justiça 2013

SEUS DEPENDENTES

Trans têm direito de incluir seus parceiros conjugais como dependentes previdenciários para fins de benefícios de saúde e pensão.



BOFES OU MINAS!

**Portaria nº 513 do Ministério
da Previdência Social de 2010.**

PARA IR AO BANHEIRO

Trans têm direito de usar o banheiro de acordo com a sua identidade de gênero, ou o que preferir.

Esse direito inclui o uso de banheiros conforme a identidade de gênero também nas escolas e outros estabelecimentos de ensino.

A livre-escolha garante a segurança.

Todas as pessoas ou empresas que desrespeitarem essa liberdade estarão praticando discriminação.



SEM ARMÁRIO!

Lei no 10.948 do Estado de SP de 2001

e Resolução do Ministério da Educação de 12/9/2017.

AMBULATORÍOS TRANS

Existem SERVIÇOS ESPECÍFICOS para atendimento de Trans no estado de São Paulo. Anote:

Ambulatório de Saúde Integral para Travestis e Transexuais

R. Santa Cruz, 81 - V. Mariana - S. Paulo

Tel: (11) 5087 - 9984

E-mail: ambulatoriotrans@crt.saude.sp.gov.br

Ambulatório Núcleo de Estudo, Pesquisa e Extensão à Pessoa Trans

R. Napoleão de Barros, 859 - V. Clementino

Terças-feiras, das 13h às 17h

e-mail: nucleotrans@unifesp.br

Entre outros serviços, oferecem acolhimento, avaliação médica, endocrinológica, proctológica, fonoaudiologia e apoio psicológico.

LINDONA!

NA VAIDADE...

Trans NÃO DEVEM tomar nenhum tipo de hormônio por indicação de amigos e amigas, nem fazer aplicação não-profissional de silicones. Esses produtos podem trazer sérios problemas para a saúde

- é importante buscar sempre orientação médica!
- busque informações e atendimento em serviços que oferecem hormonioterapia e atendem esse público na cidade de São Paulo:
 - **UBS e AMA Santa Cecília**
R. Vittorino Carmilo, 599
 - **UBS Sé**
R. Frederico Alvarenga, 259
 - **UBS República**
Praça da Bandeira, 15

NÃO ENTRE EM FRIA!

FALANDO DE SILICONE

NUNCA aplique silicone industrial ou líquido no corpo e nem compartilhe seringas e agulhas de aplicação.

Esse silicone se espalha e pode trazer sérios riscos para a saúde:

- Infecções e necroses da pele e dos músculos
- tumores e deformações
- também pode entupir vasos sanguíneos e levar a morte
- Se você, alguém conhecida(o) já fizeram aplicação, evite complicações buscando o:



Ambulatório de Saúde Integral para Travestis e Transexuais

R. Santa Cruz, 81 - V. Mariana - S. Paulo

Tel: (11) 5087 - 9984

E-mail: ambulatoriotrans@crt.saude.sp.gov.br

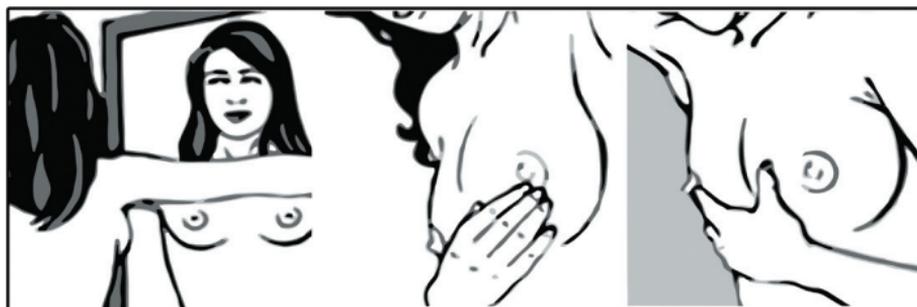
TURBINAR, SÓ SEGURA!

**Deve-se sempre aplicar a prótese
que evita que o conteúdo escape.**

ATENÇÃO PARA O CÂNCER DE MAMA

Homens Trans precisam continuar a fazer a prevenção de câncer de mama, mesmo que as tenham retirado. A retirada das mamas não garante a retirada de todo o tecido mamário, por isso é importante fazer os exames de apalpação e, após os 50 anos, também a mamografia.

Mulheres Trans não vêm apresentando maior tendência ao câncer de mama. Porém, como usam hormônio feminino, devem ficar atentas se sentirem algum caroço na região do seio ou axilas, devem procurar o serviço de saúde.



INDEPENDENTE DE AMARRAÇÃO,

Peitos naturais ou postiços,

é importante sempre se cuidar!

NA HIGIENE ÍNTIMA

Trans NÃO DEVEM usar “chucas” que foram ou possam ter sido usadas por outras pessoas, na higiene anal.

- isso traz risco de infecções por bactérias, vírus e IST
- duchas impróprias também provocam machucados e sangramentos.



CHUCA CERTA!

**Já existem duchas descartáveis
em farmácias e drogarias.**

NÃO DESCUIDE DA PREVENÇÃO!

Trans têm estado bastante expostas(os) a infecções por IST no Brasil, incluindo o HIV/Aids, a sífilis e a gonorreia. Por isso, não devem descuidar da prevenção:

- usando e/ou exigindo o uso de preservativo e lubrificante no sexo com penetração
- adquirindo esse item em postos de saúde e serviços de IST/Aids ou farmácias



NO PELO NÃO, PÕE A CAPA!

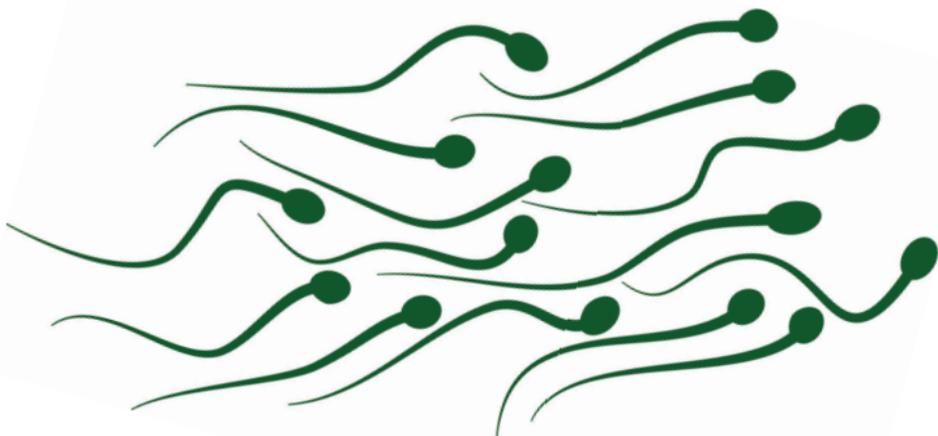
São fornecidos gratuitamente

nos serviços públicos.

QUANDO USAR A BOCA

Trans precisam saber que o esperma é um dos líquidos que mais concentra o HIV em portadores de HIV/Aids.

- por isso, deve-se evitar que a ejaculação masculina caia dentro da boca no sexo oral
- também deve-se evitar escovar os dentes e usar fio dental antes do sexo oral para evitar ferimentos na gengiva



PARA GRAVAR SEM PROBLEMAS!

Adotar a redução de riscos

é a melhor tática.

QUANDO USAR A BOCA LÁ ATRÁS...

Trans precisam saber que o sexo oral feito no ânus também transmite ISTs, como a gonorreia, a sífilis, o HPV, além de hepatite A, parasitose intestinal, entre outras infecções.

- use preservativos recortados esticados, plásticos filme de cozinha, camisinha feminina ou plásticos em geral, quando fizer essa prática
- se realmente não for utilizar o preservativo, procure ter certeza que seus parceiros(as) fizeram recentemente os exames de sífilis, hepatites e HIV/Aids e que estejam higienizados



UM BOM CUNETI!

**Doenças podem ser transmitidas
em qualquer prática sexual.**

HEPATITES B e C

As hepatites B e C ficam durante anos no sangue e podem não apresentar sintomas.

Elas podem ser transmitidas:

- por relações sexuais sem camisinha com uma pessoa infectada
- ao compartilhar material para uso de drogas (seringas, agulhas, cachimbos), de higiene pessoal (lâminas de barbear e depilar, escovas de dente, alicates de unha ou outros objetos que furam ou cortam) ou de confecção de tatuagem e colocação de piercings
- da mãe infectada para o bebê durante a gestação, o parto ou a amamentação
- por transfusão de sangue contaminado

SE LIGA AÍ!

Atenção redobrada!

SE VACINE!

Existe vacina para a hepatite B em postos de saúde. Trans precisam se vacinar para não adquirir essa doença que pode causar cirrose e câncer de fígado. Se puder busque também clínicas privadas para se vacinar da hepatite A.

Faça regularmente as testagens de hepatite B e de hepatite C e passe em consultas médicas.

Os sintomas mais comuns são:

- cansaço e/ou tontura
- enjôo e/ou vômitos
- febre
- dor abdominal
- pele e olhos amarelados, urina escura e fezes claras



SE LIVRA!

A prevenção é sempre a melhor solução.

SE CUIDA...

Certos tipos de HPV são responsáveis por diversos tipos de câncer: de pênis e de ânus. No caso de homens Trans, também de colo de útero.

Além disso, o vírus atinge a boca e a garganta, podendo causar câncer nestas regiões. Outros tipos de HPV causam verrugas nos órgãos sexuais.

- a vacina de HPV já está disponível na rede pública. Por isso, portadores de HIV na faixa etária de 9 a 26 anos, que sejam Trans ou não, devem tomá-la
- pessoas não-portadoras de HIV que quiserem se vacinar, podem adquiri-la em clínicas particulares de vacinação. É recomendado que Trans busquem se vacinar
- também é muito importante que Trans façam exame de próstata e prevenção de câncer do canal anal procurando serviços de saúde



DESAPEGA!

**O investimento vale muito,
para evitar problemas futuros.**

USE PEP SE TEVE SEXO DE RISCO

Se a camisinha romper, ou se você não tiver feito uso dela, busque o mais rápido possível os serviços de IST/Aids para solicitar a **PEP - Profilaxia Pós-Exposição**.

- este tratamento deve ser iniciado até 72 horas após a relação sexual de risco
- serão fornecidos comprimidos de antirretrovirais para você tomar e evitar a infecção. Você precisará tomar os remédios por 28 dias sem parar
- isso será feito com orientação médica, que também pedirá exames de HIV/Aids

FUJA DA TIA!

**Espalhe a informação da PEP
para as amigas e amigos!**

ONDE BUSCAR A PEP NO MUNICÍPIO DE SÃO PAULO



REGIÃO CENTRAL DA CIDADE

Campos Elíseos

SAE DST/Aids Campos Elíseos
Alameda Cleveland, 374

ZONA OESTE

LAPA

SAE em DST/Aids Paulo Cesar Bonfim
R. Tomé de Souza, 30 (próximo à R. Pio XI)
Tel: (11) 3832-2551 / 3832 8618
Func.: segunda a sexta, das 7 às 19h00

Vila Lageado Butantã

SAE DST/Aids Butantã
Av. Corifeu de Azevedo Marques (próx. Portão 3 da USP)
Tel: (11) 3765-1692 / 3768 1523
Func.: segunda a sexta, das 7 às 19h00

ZONA LESTE

Penha

Centro de Referência em DST/Aids
Pça Nossa Senhora da Penha,55 – subsolo
(próx. Igreja Velha da Penha)
Tel: (11) 2295-0391 / 2092 4020
E-mail: crdstaidspenh@saude.prefeitura.sp.gov.br
Func.: segunda a sexta, das 7 às 19h00

Cidade Líder

SAE DST/Aids Cidade Líder II
R. Medio Iguaçu, (próx. nº 2500 da Av. Líder)
Tel: (11) 2748-0255 / 2748-0255
E-mail: saedstaidsc2@saude.prefeitura.sp.gov.br
Func.: segunda a sexta, das 7 às 19h00

São Miguel Paulista

UBS Adão Manoel
R. Adão Manoel da Silva, 16-C (próx. Av Assis Ribeiro)
Tel: (11) 2297-4782
E-mail: ubsubnova2@saude.prefeitura.sp.gov.br
Func.: segunda a sexta, das 7 às 19h00

Vila Prudente

SAE Vila Prudente
Praça Centena Rio Vila Prudente, 108 (próx. metrô Vila Prudente)
Tel: (11) 2061-7836
Func.: segunda a sexta, das 7 às 17h00

Sapopemba

Av. Arquiteto Vilanova Artigas, 515
(próx. Terminal de Ônibus Sapopemba)
Tel: (11) 2704-7095 / 2704-3341
Func.: segunda a sexta, das 7 às 19h00

Ermelino Matarazzo

SAE Fidélis Ribeiro
Rua Peixoto, 100 (próx. nº 2380 da Av. São Miguel)
Telefones: (11) 2621-0217 / 2621-4753
Func.: segunda a sexta, das 7 às 19h00

ZONA NORTE**Freguesia do Ó**

Centro de Referência em DST/Aids Nossa Senhora do Ó

Av. Itaberaba, 1377

Tel: (11) 3975-2032 / 3975-9473

Func.: segunda a sexta, das 8 às 19h00

Mandaqui

SAE DST/Aids Marcos Lottenberg Santana

Rua Dr. Luis Lustosa da Silva, 339

(travessa da R. Voluntários da Pátria)

Tel: (11) 2977-7739 / 2950-9217

E-mail: saesant@iig.com.br

Func.: segunda a sexta, das 7 às 2h00

ZONA SUL**Ipiranga**

SAE Dr José Francisco de Araújo

Rua Gonçalves Ledo, 606 (próx. Mercado do Ipiranga)

Tel: (11) 2273-5073

Func.: segunda a sexta, das 7 às 19h00

Vila Clementino

Centro de Referência e Treinamento DST/Aids - SP

Rua Santa Cruz, 81 (próx. Metrô Santa Cruz e Escola Salesiano)

Telefones: (11) 5087-9833 / 5087-9984

Func.: segunda a sexta, das 8 às 21h00

Planalto Paulista

SAE DST/Aids Ceci

Avenida Ceci, 2235 (próx. Metrô São Judas)

Telefones: (11) 2276-9719

E-mail: dstaidsceci@gmail.com

Func.: segunda a sexta, das 7 às 19h00

Santo Amaro

Centro de Referência e Treinamento DST/Aids Santo Amaro

Rua Carlos Gomes, 695 (ao lado do Shopping Boa Vista)

Tel: (11) 5686-5342 / 5686-1613

Func.: segunda a sexta, das 7 às 18h00

Jardim Bom Refugio

SAE DST/Aids Jardim Mitsutani
 Rua Vitorio Emanuele Rossi, 97
 (próx. Terminal de Ônibus Campo Limpo)
 Tel: (11) 5841-9020 / 5841-5376
 Func.: segunda a sexta, das 7 às 19h00

Jardim São Nicolau

SAE DST/Aids Cidade Dutra
 Rua Cristina de Vasconcelos Ceccato, 109
 Tel: (11) 5666-8386 / 5666-8301
 Func.: segunda a sexta, das 7 às 19h00

Parque Santo Antonio

SAE DST/Aids M'Boi Mirim
 Rua Deocleciano de Oliveira Filho, 641
 (próx. à Base Comunitária de Segurança Vaz de Lima)
 Tel: (11) 5518-4745 / 5891-1227
 Func.: segunda a sexta, das 7 às 19h00

MAIS INFORMAÇÕES SOBRE A PEP:

Disque IST/Aids: 0800-162550

Site:

<http://www3.crt.saude.sp.gov.br/profilaxia/hotsite>

ou

www.prefeitura.sp.gov.br/dstaid/pep

DISQUE SAÚDE



Ouvidoria Geral do SUS.
www.saude.gov.br

PrEP: PARA QUEM TEM RISCO CONSTANTE

Quem enfrenta sempre situações de risco para o HIV devido ao NÃO USO de preservativos, por qualquer motivo, ou por situações onde há rompimento constante deste, deve usar a PrEP.

- A **PrEP - Profilaxia Pré-Exposição** Sexual para o HIV/Aids é o uso constante e diário do antirretroviral .
- ela deve ser usada diariamente independentemente de qualquer exposição de risco, mantendo a pessoa constantemente prevenida para que evite de se infectar pelo HIV/Aids
- se tiver interesse em utilizá-la procure serviços de IST/Aids
- a oferta da PrEP gratuita é recente, por isso, espalhe essa novidade para suas amigas e amigos

MAIS INFORMAÇÕES SOBRE A PrEP:
www.prefeitura.sp.gov.br/dstaidsp/rep

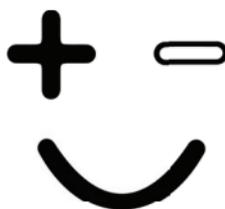
NADA DE SER BATIZADA(O)!

A PrEP chegou para quem precisa!

FAÇA PERIODICAMENTE...

A testagem de HIV/Aids, Hepatites B e C e sífilis é fundamental para a saúde das(os) Trans.

- o teste é oferecido gratuitamente numa única coleta em serviços de IST/Aids
- alguns serviços ofertam também o teste rápido de fluido oral para detectar o HIV, que apresenta o resultado na hora
- esse teste também está sendo vendido em farmácias e drogarias



Fique **Sabendo**

APROVEITA!

**Você deve realizar todo semestre
ou se viver situações de risco.**

PARA QUEM TEM HIV:

O HIV/Aids tem atingido principalmente as(os) Trans:

- mantenha o uso dos medicamentos antirretrovirais conforme orientação de serviços de IST/Aids
- continue a usar preservativo, pois há tipos diferentes de HIV e outras ISTs
- adote uma alimentação saudável e exercícios físicos
- busque fortalecer sua autoestima e, se precisar, busque apoio psicológico em serviços de aids, ou ONGs, ou amigas e amigos
- mantenha seus projetos e sonhos, o HIV/Aids não precisa impedir o seu caminho...

A aids hoje é uma doença com tratamento, porém seus remédios podem provocar efeitos colaterais. Os efeitos podem ser controlados com ajuda médica. Ficar sem tomar remédio pode comprometer sua saúde e sua vida para sempre.

NÃO FAZ A LOKA!

NAS BALADAS...

Muitas Trans consomem álcool e drogas, como a coca, a keta, a bala, o doce... Fique atenta, porque esse uso pode levar a:

- desgaste do organismo. Se alimente bem e não misture álcool e drogas!
- desidratação. Beba muita água!
- acidentes. Se beber não dirija!
- problemas de autoestima, nos relacionamentos e nas suas atividades em geral
- dependência química, uso de drogas mais pesadas e overdoses. Não use drogas sozinho!
- exposição a doenças. Não compartilhe canudos, cachimbos, biteiras, agulhas, seringas!



MANERE NA COLOCAÇÃO!

Se dê valor!

CELEBRE:

- **29 de Janeiro**
Dia da Visibilidade Trans
- **17 de Maio**
Dia Internacional de Combate à Homofobia, à Lesbofobia e à Transfobia
- apoie qualquer **projeto** ou **proposta** que promova os direitos de Trans e combata a homofobia, a lesbofobia e a transfobia
- participe das **Paradas Gays e LGBTT** da sua cidade ou estado



SE JOGA!

QUEM SOMOS



*Defensores dos Direitos Humanos
Fazemos valer a lei para te proteger.*

A missão do projeto SOS Dignidade é apoiar as lutas das(os) transexuais e travestis pela cidadania por meio de orientação jurídica e com isso contribuir na melhoria da qualidade de vida dessas pessoas e pleno exercício de seus direitos.

Além disso, o projeto retrata literalmente momentos de vida das(os) Trans, por meio fotográfico que vem sendo realizado desde 2005. Pelas lentes de Barry Wolfe inúmeros rostos já passaram, compondo um registro pulsante deste universo que possui direitos a serem respeitados.

APOIO



dkt Mais que
uma empresa,
INTERNACIONAL uma causa.

Inim SEXCLEAN
Higienizador Íntimo

AHF BRASIL



REALIZAÇÃO



*Defensores dos Direitos Humanos
Fazemos valer a lei para te proteger.*



*Presente onde
a vida acontece*



A VIDA EM TRANSFORMAÇÃO

Guia Trans de Saúde Sexual
e Direitos Humanos

SOS DIGNIDADE

www.sosdignidade.org.br


BARONG
www.barong.org.br